



退一步 親子溝通更有效

文 / 王志峰

他準備出門。我免不了念他幾

有一次，補習班上課時間快到了，但兒子的遊戲可能剛好玩到緊要關頭，所以遲遲不見

無奈：生氣的是支持他據理力爭的邏輯似乎不大對；無奈的是當孩子在氣頭上時，我們講述的大道理他根本完全聽不進去。

「我同學都可以，為什麼我不行？」諸如此類充滿抱怨的疑問句開始不斷在我家迴蕩，不論多雞毛蒜皮的小事，兒子都可以和我們爭得面紅耳赤。

對身為父親的我來說，育兒其實和瞬息萬變的金融市場很像，我得隨孩子的成长不斷調整教養方式。像兒子自小學畢業進入國中後越來越有主見，對很多事情有自己的看法，不再是从前那件事聽任我們夫妻擺布安排的「乖小孩」。



這時候，兒子突然走出房間大聲的對我們說：「我同學他們都可以不用去補習，為什麼我要去？補習班教的我都會了，為什麼要浪費時間去那邊上課？」我頓時愣了一下，心想：沒想到一向個性溫和的兒子竟講出這樣的話！

我試著耐住性子好好向他說明，但是在氣頭上的兒子，根本聽不進我給他分析的道理，滿腦子只想著如何跟我「據理力爭」。這樣繞了半天，發現無法結束這場對話，我索性保

持沉默，不管兒子說什麼，我都不回應，讓彼此冷靜下來。果然，怒氣消失以後，我再找機會繞個彎，從其他的話題切入對補習的看法，兒子就能夠就事論事了。

三口之家的爸爸，也是每天忙忙碌碌的金融業資訊主管。

作者簡介
我試著耐住性子好好向他說明，但是在氣頭上的兒子，根本聽不進我給他分析的道理，滿腦子只想著如何跟我「據理力爭」。這樣繞了半天，發現無法結束這場對話，我索性保

每個家庭各有不同的互動方式，在不同時期，親子也會有不一樣的互動方式，產生不一樣的親密度。經過這次事件，我體會到兒子的成長已經步入另一個階段，我得適度調整和他的互動方式，真誠的尊重他的想法；而遇到溝通不良的時候，也要學習退一步思考。

「為什麼全校同學，就只有我沒有？」

說服 非情緒勒索

換個角度想 文 / 王意中 (臨床心理師)

孩子總是向父母索討他想要的物品或權利，而且很容易用籠統的理由，讓父母感受到壓力，進而妥協給他想要的具體物品，例如手機，或玩電玩的時間。

「你？門都沒有！」
孩子總是向父母索討他想要的物品或權利，而且很容易用籠統的理由，讓父母感受到壓力，進而妥協給他想要的具體物品，例如手機，或玩電玩的時間。

「你？門都沒有！」
孩子總是向父母索討他想要的物品或權利，而且很容易用籠統的理由，讓父母感受到壓力，進而妥協給他想要的具體物品，例如手機，或玩電玩的時間。

「你？門都沒有！」
孩子總是向父母索討他想要的物品或權利，而且很容易用籠統的理由，讓父母感受到壓力，進而妥協給他想要的具體物品，例如手機，或玩電玩的時間。